

選手の心理的特性と競技意欲との関係

伊達萬里子, 林 悦子, 朝尾 洋子

(武庫川女子大学文学部教育学科体育専攻)

緒 言

近年, スポーツ界においても高度経済成長を背景として器具, 用具の整備や改善等により各種目における技術の向上には目覚ましいものがある。一般にスポーツの競技力を決定する要因として選手の技術や体力が挙げられるが, 多くの研究により心理的側面の重要性も提唱されており, 指導者にとって選手各個人における性格特性を把握する事は選手と指導者との意志の疎通を計る上で看過できない事柄であると思われる。

そこで本研究に於いては, 個人競技としての種目特性を持つ新体操を主たる対象とし, 集団競技としての種目特性を持つ球技関係とを人格目録法を用いて比較しながら両者の差異の検討を行い, 個人の心理的特性が競技力向上に及ぼす影響について明らかにし, 指導効果を高める為の手がかりにしようとするものである。

研究方法

1. 調査対象……新体操部員 53 名(M 大学 15 名, M 高 21 名, S 高 17 名), バレーボール部員(M 大学 30 名), バスケットボール部員(M 大学 20 名)いずれもレギュラー, 準レギュラー。有効回答数は 103 名である。
2. 調査期間……1996 年 1~3 月
3. 調査方法……アンケートによる質問紙法と多面的適性を調査する TSMI, M.P.I. によりプロフィールの判定を行い, 各群間の比較検討を試みた。

結果と考察

1. 質問紙による自己の意識調査

(1) 生活状況における各自の認識度

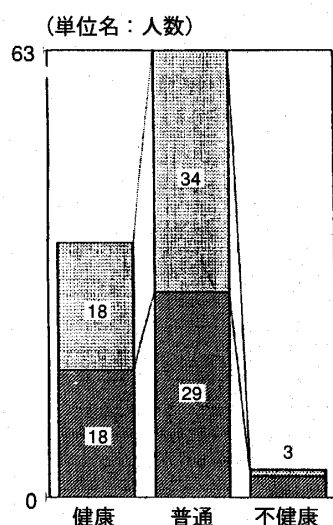


Fig. 1. Consciousness of health

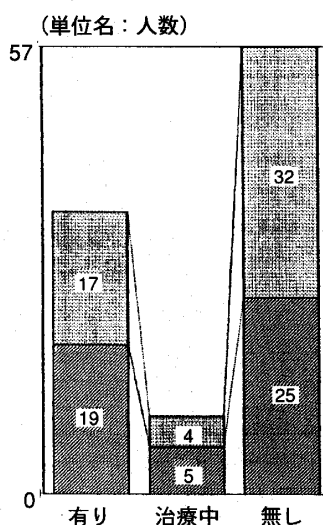


Fig. 2. Health disturbance

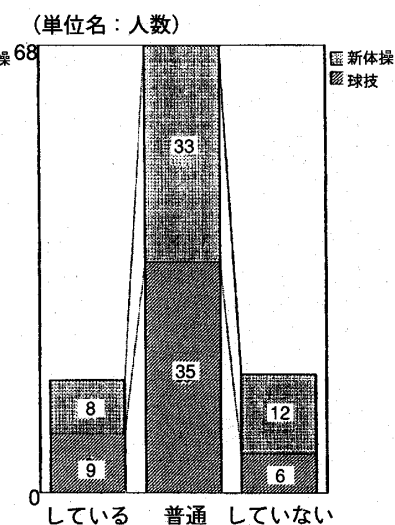


Fig. 3. Rule of food

・健康意識・ Fig. 1. に示したように、健康もしくは普通と回答した選手が新体操群、球技群とも90%以上を占めている。 χ^2 検定の結果、各群、両群間で有意差は認められなかった。

・体の故障・ Fig. 2. に示したように、両群とも半数近くが故障を持ちながら競技生活を続けていると言う結果であった。各群、両群間で有意差は認められなかった。

・食事の規則性への配慮・ Fig. 3. に示したように、配慮している選手は両群とも少数であった。有意差は各群、両群間で認められなかった。

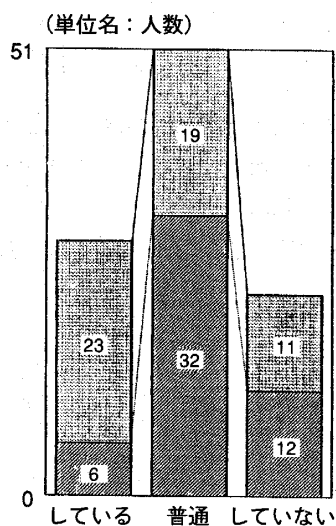


Fig. 4. As to the diet

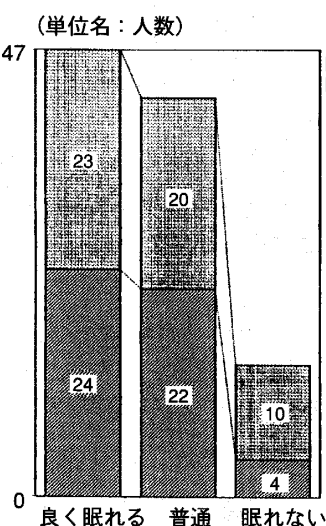


Fig. 5. As to the sleep

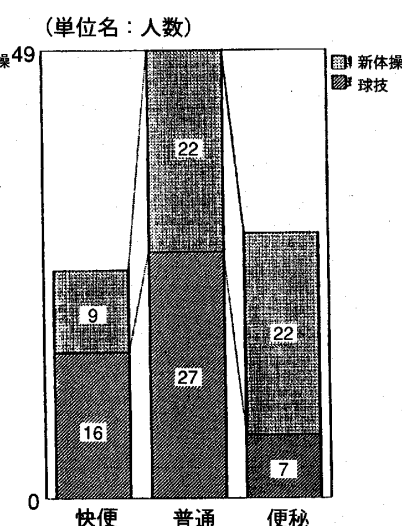


Fig. 6. As to the excretion

・ダイエットへの配慮・ Fig. 4. に示したように、新体操群では半数近くの選手が実行していた。美的表現を追及する種目の特性とも言えるのではないだろうか。球技群では配慮している選手は少数であった。 χ^2 検定の結果、両群間で1%水準の有意差が認められた。

・睡眠・ Fig. 5. に示したように、新体操群に良く眠れないと回答した数値がやや高いように思われる。各群、両群間に有意差は認められなかった。

・排泄・ Fig. 6. に示したように新体操群で半数近くの選手が便秘であると回答している。これは Fig. 4. のダイエットの配慮と何らかの関係があるものと考えられないだろうか。 χ^2 検定の結果、両群間で1%水準で有意差が認められた。

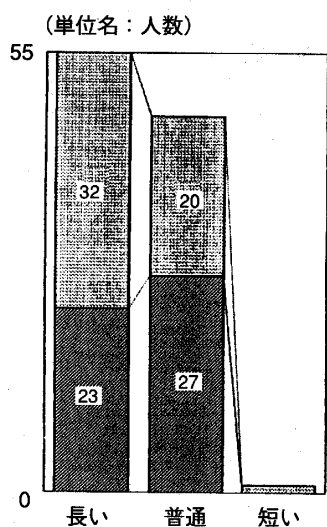


Fig. 7. Time of exercise

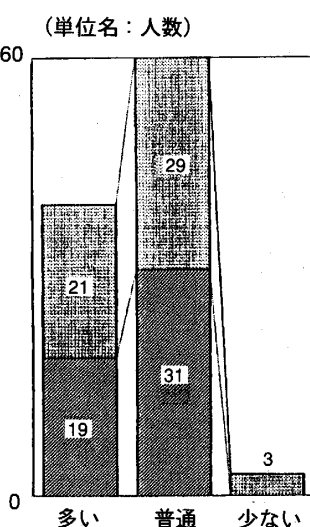


Fig. 8. Amount of exercise

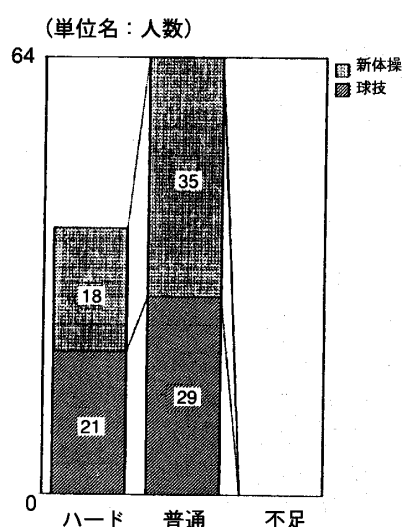


Fig. 9. Content of exercise

(2)練習状況における各自の認識度

Table 1. State of exercise

n	練習時間			練習量			練習内容		
	長い	普通	短い	多い	普通	少ない	ハード	普通	不足
M 大学 15	0	14	1	0	12	3	0	15	0
M 高校 21	19	2	0	12	9	0	10	11	0
S 高校 17	13	4	0	9	8	0	8	9	0
%	60.37	37.74	1.89	39.62	54.71	5.67	33.96	66.04	0
$\chi^2(\phi)$	32.631** (0.785)			18.372** (0.589)			10.781* (0.451)		
バレー 30	5	25	0	4	26	0	2	28	0
バスケット 20	18	2	0	15	5	0	19	1	0
%	46.00	54.00	0	38.00	62.00	0	42.00	58.00	0
$\chi^2(\phi)$	25.214** (0.710)			19.35** (0.622)			38.21** (0.874)		

*:p<0.05 **:p<0.01 N=103

Table 1., Fig. 7. ~ Fig. 9. より新体操群では練習時間が長いわりには練習量, 練習内容はさほどではないと考えているようである. 大学と高校を比較すると練習時間, 練習量, 練習内容ともに数値的なばらつきが見られた. 練習時間に関しては大学0, 高校で大半の選手が長いと回答しているが, 練習量, 練習内容とも半数以上の選手が普通であるという結果になった. 球技群ではいずれも普通と回答した選手が半数以上を占めていた. ただし球技の両クラブ間にも相違点がある. χ^2 検定の結果, 練習時間, 練習量, 練習内容共新体操群, 球技群においてそれぞれ1%~5%水準で有意差が認められた. 両群間では有意差は認められなかった.

2. M.P.I. 分析結果

Table 2. Result of analysis by M.P.I.

	段階点	n	Neuroticism				段階点	n	Extraversion				相関係数 r
			%	得点	M	SD			%	得点	M	SD	
S 高校 R.S.G. (17人)	1	1	5.88	9	9.00	0.00	1	1	5.88	4	4.00	0.00	-.029
	2	4	23.53	65	16.25	2.39	2	2	11.77	28	14.00	3.00	
	3	6	35.29	163	27.17	0.90	3	4	23.53	109	27.25	2.85	
	4	4	23.53	133	33.25	1.09	4	10	58.82	355	35.54	3.23	
	5	2	11.77	84	42.00	1.00	5	0	00.00	0	00.00	—	
M 高校 R.S.G. (21人)	1	5	23.81	31	6.20	2.79	1	0	00.00	0	00.00	—	-.437*
	2	2	9.52	33	16.50	0.50	2	4	19.05	66	16.50	3.20	
	3	9	42.86	227	25.22	2.97	3	3	14.29	83	27.67	2.06	
	4	3	14.29	96	32.00	1.41	4	8	38.09	305	38.13	3.33	
	5	2	9.52	81	40.50	1.50	5	6	28.57	268	44.67	0.94	
M 大学 R.S.G. (15人)	1	2	13.33	6	3.00	1.00	1	0	00.00	0	00.00	—	-.164
	2	2	13.33	26	13.00	1.00	2	1	6.67	19	19.00	0.00	
	3	7	46.68	165	23.57	3.21	3	3	20.00	71	23.67	0.47	
	4	2	13.33	63	31.50	0.50	4	9	60.00	325	36.10	3.21	
	5	2	13.33	91	45.50	0.50	5	2	13.33	88	44.00	1.00	
M 大学 Basket (20人)	1	0	00.00	0	00.00	—	1	0	00.00	0	00.00	—	-.575**
	2	4	20.00	66	16.50	3.78	2	2	10.00	37	18.50	0.50	
	3	7	35.00	159	22.71	2.43	3	9	45.00	250	27.78	3.08	
	4	7	35.00	243	34.71	1.83	4	7	35.00	244	34.86	3.23	
	5	2	10.00	83	41.50	1.50	5	2	10.00	93	46.50	1.50	
M 大学 Volley (30人)	1	4	13.33	24	6.00	1.23	1	0	00.00	0	00.00	—	-.328
	2	7	23.34	94	13.43	2.72	2	2	6.67	26	13.00	1.00	
	3	12	40.00	295	24.58	3.30	3	6	20.00	155	25.83	2.79	
	4	6	20.00	195	32.50	2.57	4	14	46.67	536	38.29	2.46	
	5	1	3.33	47	47.00	0.00	5	8	26.66	365	45.63	1.49	

*:p<0.05 **:p<0.01 N=103

M.P.I. との関連では Table 2. に示すように神経症, 両向き間で M 高校 5%, バスケット部に 1% 水準で有意差が認められた. 次に Table 3. では新体操群, 球技群に 1% 水準で有意差が認められた. カテゴリーはすべて E+N₀ 型であった. 各部とも神経症の傾向は普通, 向性傾向はやや外向的である. 運動部に見られる顕著な傾向と言える. すなわち試合で良い運動パフォーマンスが見られるタイプであると考えられる. (岡沢, 1987⁽⁵⁾)

Table 3. Relationship between Rhythmic sports gymnastics clubs and Ball game clubs

	Neuroticism						Extraversion						相関係数 r
	段階点	n	%	得点	M	SD	段階点	n	%	得点	M	SD	
新体操群 (53 人)	1	8	15.09	46	5.75	2.91	1	1	1.88	4	4.00	0.00	-.585**
	2	8	15.09	122	15.25	2.59	2	7	13.21	113	16.14	3.31	
	3	22	41.51	555	25.23	2.99	3	10	18.88	263	26.30	2.76	
	4	9	16.99	292	32.44	1.34	4	27	50.94	985	36.48	3.44	
	5	6	11.32	256	42.67	2.36	5	8	15.09	356	44.50	1.00	
球技群 (50 人)	1	4	8.00	24	6.00	1.23	1	0	00.00	0	00.00	—	-.685**
	2	11	22.00	160	14.55	3.47	2	4	8.00	63	15.75	2.86	
	3	19	38.00	454	23.89	3.14	3	15	30.00	405	27.00	3.12	
	4	13	26.00	438	33.69	2.46	4	21	42.00	780	37.14	3.18	
	5	3	6.00	130	43.33	2.87	5	10	20.00	458	45.80	1.54	

***:p<0.01 N=103

3. TSMI 分析結果

Table 4. Result of analysis by TSMI

No	尺度名	大学 R.S.G n=15		高校 R.S.G n=38		t	p	Basketball n=20		Volleyball n=30		t	p	R.S.G; Ball game	
		M	SD	M	SD			M	SD	M	SD			t	p
1	目標への挑戦	22.93	2.95	20.58	3.65	2.433	*	21.05	4.39	22.73	3.08	1.488	NS	0.250	NS
2	技術向上意欲	23.67	3.81	21.68	3.32	1.774	NS	22.75	3.74	24.57	2.57	1.908	NS	0.686	NS
3	困難の克服	23.07	4.04	20.95	3.97	1.632	NS	22.25	3.79	24.13	2.85	1.891	NS	0.899	NS
4	練習意欲	17.87	4.06	16.21	3.70	1.373	NS	16.25	3.16	18.47	3.75	2.257	*	0.618	NS
5	情緒安定性	18.73	3.21	16.47	3.27	2.297	*	17.50	2.77	20.33	3.13	3.321	**	0.368	NS
6	精神的強靱さ	20.93	2.05	18.37	3.12	3.492	**	19.15	2.87	21.43	2.75	2.706	*	0.102	NS
7	闘志	21.67	2.05	21.58	4.13	0.105	NS	24.45	3.92	27.83	2.66	3.373	**	3.582	**
8	競技価値	20.40	3.84	20.45	4.77	0.040	NS	20.05	3.98	23.17	2.91	2.972	**	0.458	NS
9	計画性	20.33	4.09	16.84	2.97	3.003	**	18.90	3.43	19.63	3.28	1.099	NS	0.100	NS
10	努力因果帰属	24.73	3.61	24.45	3.70	0.252	NS	24.45	3.61	25.57	2.69	1.250	NS	0.111	NS
11	知的興味	22.60	4.22	19.87	4.93	2.019	*	22.40	4.43	22.97	5.04	0.421	NS	1.958	NS
12	勝利志向性	17.00	5.25	17.32	4.33	0.209	NS	21.70	3.80	23.07	3.71	1.840	NS	5.415	**
13	コーチ受容	21.80	3.17	21.18	3.50	0.722	NS	21.20	3.82	21.00	3.51	0.187	NS	0.223	NS
14	IAC	16.93	3.13	19.32	5.43	1.998	NS	21.05	4.20	19.50	4.22	1.647	NS	2.651	**
15	失敗不安	21.27	4.73	22.87	4.79	1.104	NS	21.00	4.66	16.17	3.17	3.406	**	1.449	NS
16	緊張性不安	18.73	5.08	20.58	4.11	0.853	NS	20.90	4.58	17.60	3.18	2.379	*	0.939	NS
17	不節制	18.47	3.03	20.79	2.98	2.522	*	17.95	2.48	17.80	2.81	0.233	NS	3.900	**

*:p<0.05 **:p<0.01 N=103

TSMI との関連において Table 4. と Fig. 10. に示すように新体操群では「目標への挑戦」「情緒安定性」「精神的強靱さ」「計画性」「知的興味」「不節制」の 6 尺度について 1~5% 水準で有意差が認められた. 次に球技群では「練習意欲」「情緒安定性」「精神的強靱さ」「闘志」「競技価値観」「失敗不安」「緊張性不安」の 7 尺度について 1~5% 水準で有意差が認められた. 又両群間を検定した結果, 「闘志」「勝利志向性」「IAC」「不節制」の 4 尺度について 1% 水準で有意差が認められた. 大学の新体操部では尺度 7「闘志」と尺度 12「勝利志向性」で段階点が 3 と低い傾向を示している. すなわち大試合や不利な状況での闘志の弱さと競技における勝利の重要視度の弱さである. 高校では尺度 2「技術向上意欲」尺度 3「困難の克服」尺度 7「闘志」尺度

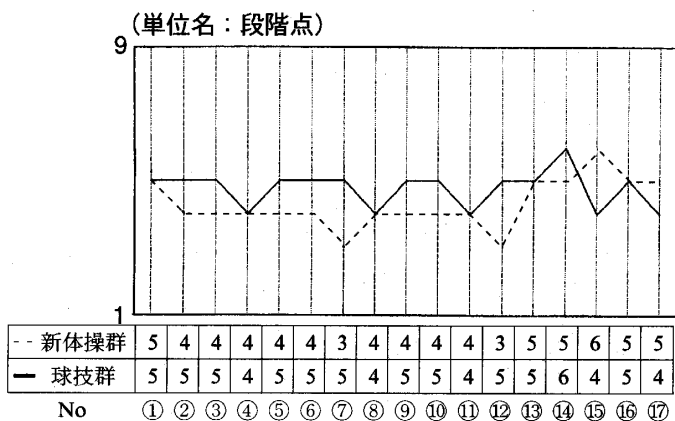


Fig. 10. TSMI profile

してチームで勝敗を争うのではなく、個人の演技の完成、内容の独創性、卓抜せる大きさ、ダイナミズム等熟練した完璧な演技を目指しての自己の目標達成が重要と認識されており、美を追及する芸術性に主眼が置かれている為と考えられる。球技群では、ほぼ全尺度とも段階点が平均的水準にあり望ましい競技適性を示していると言えよう。特にバレーボール部で尺度 15「失敗不安」に関して段階点 3 と有意に低く、試合で負けるのではないかと、失敗するのではないかとという恐れから不安を持ちやすい傾向が弱いという結果になった。

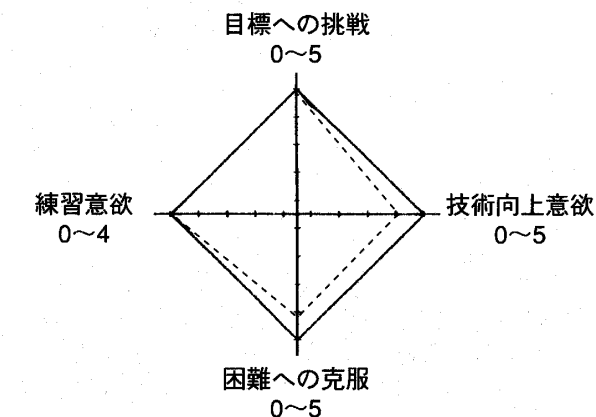
同じく両群間で有意差の認められた尺度 14「IAC」について見てみると、対コーチとの人間関係の適応の傾向は段階点 6 で普通であり、平均的水準にあると言える。両群を比較して、新体操群の大学では普通レベルの段階点 4 ではあるが球技群、新体操高校と比較して、競技力向上に若干プラス傾向と考えられないだろうか。

更に両群間で有意差の認められた尺度 17「不節制」について見ると、試合や練習を中心とする日常生活習慣は平均的水準であった。

最後に下位尺度をカテゴリー別にまとめて両群の比較を検討してみた。

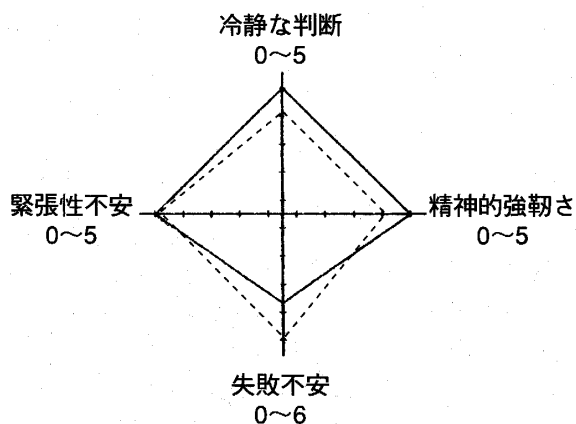
競技達成動機として「目標への挑戦、技術向上の意欲、困難の克服」を Fig. 11. に示す。

競技不安として「失敗不安、緊張性不安」と自己統制能力「情緒安定性、精神的強靱さ」を Fig. 12. に示す。



	目標への挑戦	技術向上意欲	困難の克服	練習意欲
-- 新体操群	5	4	4	4
— 球技群	5	5	5	4

Fig. 11. Athletics achievement



	冷静な判断	精神的強靱さ	失敗不安	緊張性不安
-- 新体操群	4	4	6	5
— 球技群	5	5	4	5

Fig. 12. Athletics anxiety and self-control ability

Fig. 11. より新体操群は球技群と比較して「技術向上の意欲」と「困難の克服」の段階点が低く、Fig. 12. では「情緒安定性」「精神的強靱さ」の段階点が低い結果になった。又「失敗不安」では逆に高い段階点であった。不安要素が高くなるのは、他者との協力で行う種目と比較して個人種目での顕著な特徴と考えられる。

以上から推察するに、新体操選手は食事を制限してダイエットに励み、スリムなプロポーションを維持しながら技に挑戦しなければならず、12 m²のフロアで数分間踊り続けることが要求される。この点に関しては、体力・気力とも食事制限との関わりがあるのではなかろうか。又手具を操作しながらリスクと呼ばれる投げ受けを伴う難度の演技は確実性に乏しく、トップレベルの選手と言えども相当な量の練習を積みねば成功しないものである。それに加え1試合での演技は各種目一回限りであり、演技時間1分から3分の間で勝敗は決定する。それ故に練習不足から来る不安は大きく、全く自己との戦いであると言えよう。以上の点から両群は異質の集団と考えられ、新体操選手の特徴が推察できる。

結 論

以上をまとめると次のようになる。

生活状況から新体操群はスタイル保持の為、ダイエットを実施し、その結果食物摂取のバランスがくずれ、便秘傾向である。又練習状況では大学と比較して高校は練習時間が長いと感じている。即ち、これらの事柄は精神面に少なからぬ影響を及ぼしていると考えられる。

M.P.I. の分析結果ではスポーツ選手としての適性に関して大きな問題点は無いのと考えられるが、TSMI の分析結果から球技群との相違点が幾つか認められた。

新体操群の性格構造を分析すると、試合や不利な状況では闘志が弱く、勝利を重要視する傾向が弱い。

技の難度成功の可能性を追及する戦いと言っても良いだろう。更に高校に関して言えることは前記に加えて技術向上意欲が弱く、技術的問題、練習の内容、コーチの指導など特別な指導助言が必要である。併せて困難の克服が弱いことから、心身の健康状態、スランプ等原因を調べることも大事であろう。計画性では見通しを持って試合や練習を実施しておらず、指導者として留意すべき点は、具体的なプログラムを選手の立場に立って作成し、指導して行くことである。又試合での成功や失敗の原因を自分自身の努力した結果とは考えずに、運や自己の能力であると帰属させている傾向が有り、指導の重要性が改めて認識された。

今後の課題としては、選手の性格特性を把握する事により、個々に効果的なメンタルトレーニングプログラムを開発することである。次回は今回の研究を継続して、更に選手各々の M.P.I. の N 尺度と TSMI 尺度とのクロス集計、及び M.P.I. の E 尺度と TSMI 尺度とのクロス集計を行い、詳細な個人別データを作成し、指導に役立てて行きたい。

参考文献

- 1) 伊達萬里子, 武庫川女子大学紀要, 43, p.63-70(1995)
- 2) H・J・アイゼンク, モーズレイ性格検査, 誠信書房, 東京, p.1-24(1984)
- 3) M.P.I. 研究班編, 新性格検査法, モーズレイ性格検査, 誠信書房, 東京, p.1-50 (1969)
- 4) 体協スポーツ科学委員会心理班, TSMI 実施手引, 竹井機器工業株式会社, (1981)
- 5) 女子のスポーツ適性に関する研究班 No1, 女子スポーツのスポーツ適性に関する研究—第1報, 第2報, 第3報—, 昭和 56.57.58. 年度日本体育協会スポーツ科学研究報告, (1981. 1982. 1983)
- 6) 佐久間春雄, コーチングクリニック=スポーツ心理テスト活用テクニック=, ベースボールマガジン社, 第5回~第7回, (1995)